



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Petites boulettes de viande des Grisons et son tajine d'aubergine et tomate .



Ingrédients :

- 1 steak haché 5% MG
- 4 tranches de viande des Grisons
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon blanc
- 1 gros œuf
- Sauce soja
- Cumin

- Mixer les viandes avec l'ail et l'oignon, mélanger la mixture avec l'œuf et un peu de sauce soja
- Faire des boulettes et mettre dans un plat allant au four.
- A four préchauffé, placer 20 minutes th. 5

Accompagnement : Un tajine d'aubergine - tomate préparé avec des anchois et olives noires

